

MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 3 a 7 de Junho de 2019

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de alho francês	legumes salteados (cenoura, ervilha e milho)
DIA	Prato	massa de atum	
3	Sobremesa*	fruta da época [banana]	
3ª-feira	Sopa	de vegetais	forma de arroz branco
DIA	Prato	chili de carnes	
4	Sobremesa*	fruta da época [maçã amarela]	
4ª-feira	Sopa	creme de couve flor	salada de batata e rodelas de tomate
DIA	Prato	pescada estufada	
5	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
5ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com espinafres	arroz no forno
DIA	Prato	perú gratinado	
6	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
6ª-feira	Sopa	de nabo	[esparguete, ovo, filete afiambrado, salsichas, ervilha e milho]
DIA	Prato	massa à italiana	
7	Sobremesa*	fruta da época ou doce	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*



Data em que teve início a 1ª Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente, que se realizou em 1972, em Estocolmo, na Suécia.

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	Feriado	
DIA	Prato		
10	Sobremesa*		
3ª-feira	Sopa	creme de legumes	cenoura raspada
DIA	Prato	empadão de arroz com carne	
11	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
4ª-feira	Sopa	de alho francês	massa salteada e macedónia de legumes
DIA	Prato	nuggets de frango	
12	Sobremesa*	fruta da época [pêra]	
5ª-feira	Sopa	de curgete e cenoura	arroz de ervilhas e juliana de alface
DIA	Prato	pescada com molho de cenoura	
13	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
6ª-feira	Sopa	de feijão vermelho com vegetais	[couve lombarda e feijão verde]
DIA	Prato	massa de carnes à primavera	
14	Sobremesa*	fruta da época [maçã amarela]	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas



MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 17 a 21 de Junho de 2019

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira DIA 17	Sopa Prato Sobremesa*	de feijão verde rissóis de atum no forno fruta da época [banana]	arroz branco e salada de alface
3ª-feira DIA 18	Sopa Prato Sobremesa*	de couve lombarda pá de porco assada fruta da época [maçã vermelha]	esparguete e cenoura
4ª-feira DIA 19	Sopa Prato Sobremesa*	de brócolos petinga fruta da época ou doce	salada de feijão frade, batata e cenoura
5ª-feira DIA 20	Sopa Prato Sobremesa*	Feriado	
6ª-feira DIA 21	Sopa Prato Sobremesa*	de com couve coração lombinhos de peixe fruta da época ou doce	arroz branco e cenoura raspada

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor



MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Semana de 24 a 28 de Junho de 2019

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	de legumes	cenoura raspada
DIA	Prato	esparguete à bolonesa bolonesa de soja	
24	Sobremesa*	fruta da época [maçã amarela]	
3ª-feira	Sopa	creme de abóbora	macedónia de legumes
DIA	Prato	arroz de peixe	
25	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
4ª-feira	Sopa	de couve flor e cenoura	[carne porco, chouriço, massa, feijão, couve lombarda e cenoura]
DIA	Prato	massa de carnes à lavrador	
26	Sobremesa*	fruta da época [laranja]	
5ª-feira	Sopa	creme de vegetais	
DIA	Prato	bacalhau à gomes de sá	
27	Sobremesa*	fruta da época	
6ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com couve	arroz alegre [jardineira de legumes] e alface
DIA	Prato	salsichas no forno	
28	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

*variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

